

Folsyra och ryggmärgsbräck – var står vi idag?

Sven Mattsson, Barn- och ungdomssjukhuset, US, Linköping

Bakgrund

Vetenskapen har visat att tillförsel av folsyra minskar risken att föda barn med ryggmärgsbräck, vilket lett till berikning av vitt mjöl i 40 länder runt om i världen som USA och Kanada. Inget land inom EU har genomfört berikning av livsmedel med folsyra, men flera länder rekommenderar folsyra som kosttillskott till fertila kvinnor inför planerad graviditet. Forskning pågår för att studera folsyrans roll vid andra missbildningar, som t ex läpp-käk-gomspalt (harmynthet) och komplicerade medfödda hjärtfel, men även för graviditetskomplikationer och missfall. Det påstådda sambandet mellan folsyra och ökad risk för tvillinggraviditet har avfärdats.

Folsyra är syntetiskt framställt B-vitamin som tillförs kroppen som läkemedel och som i kroppen omvandlas till folat. Folat är naturligt förekommande i (blad-)grönsaker som t ex spenat och är livsnödvändigt för uppbyggnaden av bland annat arvsmassan (DNA).

För att skapa underlag för ett beslut i Sverige att berika livsmedel (mjöl) med folsyra för att förebygga ryggmärgsbräck gjorde SBU (Statens Beredning för medicinsk Utvärdering) en utredning 2007, en systematisk litteraturöversikt. Den samlade bedömningen visade att berikning minskar förekomsten av neuralrörsdefekter (NTD), som till största delen utgörs av ryggmärgsbräck även hjärnbräck (encephalocele) och anencephali (avsaknad av hjärna). Då krav på nytta-risk analys är speciellt höga när det gäller obligatorisk berikning som exponerar en hel befolkning avböjde Livsmedelsverket (LMV) generell berikning. Dessutom presenterades studier i Canada som visade att folsyra kunde stimulera tillväxten av existerande tumörer i tjocktarmen och riskera övergång från förstadier av cancer till aktiv malignitet. Ökad risk för prostatacancer har också angetts. Men det finns också forskare som pekar på det som talar emot att dessa fynd skulle bero på berikning med folsyra.

En beräkning av effekten av berikning skulle i Sverige reducera antalet barn (incidensen) födda med ryggmärgsbräck, med c:a 30 %. LMV's rekommendation är att uppmåna fertila kvinnor inta folsyra i form av tabletter á 0,4 mg dagligen i en månad före planerad graviditet och under graviditetens första 3 månader. För "riskgruppen" kvinnor som fött barn med NTD eller avbrutit tidigare graviditet där ultraljud påvisat NTD rekommenderas en högre dos, 2,5 – 5 mg dagligen. Idag erbjuds information via internet och via informationsmaterial på ungdomsmottagningar runt om i landet. En invändning har varit att då endast 50 % av graviditeterna är planerade och blivande mödrar med högst risk att föda barn med NTD är allra svårast att nå på detta sätt.

Dagsläget

Debatten kring berikning av livsmedel eller ej har fortsatt runt om i Europa och inom EU. I Sverige har Riksförbundet för Rörelsehindrade Barn och Ungdomar åter startat debatten och tillsammans med läkemedelsföretaget Bayer AB ordnat ett seminarium i september 2010. Representanter för SLU (Sveriges Lantbruksuniversitet), LMV, SKL, SBU och RBU deltog, som utmynnade i en handlingsplan med att ta fram mål och tidsplan. Syftet är att ta fram bättre informationsmaterial, identifiera målgruppen, identifiera ansvariga myndigheter och politiker och skapa riktlinjer för berikning alternativt rekommendationer med ökad genomslagskraft i berörda målgrupper.